

ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਧੋਣਾ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੱਪੜੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਨਾਲ ਲਿੱਬੜ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ, ਤਾਂ ਵੀ ਆਪਣਾ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਢਕਣ ਵਾਲੇ ਕਪੜੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਕੱਪੜਿਆਂ 'ਤੇ ਦੂਜੇ ਨਿੱਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਉਪਕਰਣ ਪਾਏ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। (ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਿਕ ਦਾ ਕੰਮ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿੱਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਉਪਕਰਣ ਸਾਫ਼ ਕਰਾਏ। ਇਸ ਸ਼ੀਟ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਆਪਣੇ ਕੱਪੜੇ ਕਿਵੇਂ ਧੋਣੇ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲੇਗੀ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੱਪੜੇ ਨਹੀਂ ਧੋਏ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ ਪਏ ਹੋਏ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੱਪੜੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨਾਲ ਰਲਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਵੀ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ 'ਤੇ ਅਮਲ ਕਰੋ।

ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ

ਉਹਨਾਂ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਧੋਵੋ, ਜਿਹਨਾਂ 'ਤੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਪਏ ਹੋਣ। ਜਿੰਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਕਰੋਗੇ, ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ ਧੋਕੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ, ਓਨਾ ਹੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ

ਕੈਲੀਫ਼ੋਰਨੀਆ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਏਜੰਸੀ

ਕੈਲੀਫ਼ੋਰਨੀਆ ਦਾ
ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਅਤੇ
ਨਿਯਮਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਭਾਗ
1001 I Street,
Sacramento,
California 95814

N
No. 7



ਜਾਏਗਾ। ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕੱਪੜੇ ਪਾਈ ਰੱਖਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ ਹੋਰ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਪੇ ਜਾਣਗੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਰਾਹੀਂ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਚਲੇ ਜਾਣਗੇ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਆਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾ ਛੂਹੋ ਜਾਂ ਮਿਲੋ। ਨਹਾਓ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਾਲ ਧੋਵੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੋਵੇਗੀ।

ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਤੋਂ ਧੋਕੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ

- ਰਬੜ ਦੇ ਦਸਤਾਨੇ ਪਾਓ
- ਬਹੁਤ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਵੋ
- ਦੂਜਿਆਂ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਰਖੋ।
- ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸਾਬਣ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ।
- ਸੁੱਕਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਧੋਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਤਾਰ 'ਤੇ ਬਾਹਰ ਸੁਕਾਓ
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਣੀ ਵਰਤੋਂ।
- ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ ਨੂੰ ਬਿਨਾ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੇ ਚਲਾ ਕੇ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।

ਆਪਣੇ ਕੱਪੜੇ ਧੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

- ਤੁਸੀਂ ਚਮੜੇ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਘੜੀ ਦੇ ਪਟਿਆਂ, ਬੈਲਟਾਂ ਅਤੇ ਬੂਟਾਂ ਤੋਂ ਸਾਰੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਨਹੀਂ ਹਟਾ ਸਕਦੇ। ਜੇ ਇਹਨਾਂ 'ਤੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪਸੀਨਾ ਆਉਣ ਨਾਲ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੱਪੜਿਆਂ 'ਤੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਪਾਊਡਰ ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਦਾਣੇ ਪਏ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਕੰਮ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਝਾੜ ਲਓ। ਆਪਣੇ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਜੋੜ੍ਹਾਂ ਵੱਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧਿਆਨ ਦਿਓ।
- ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ (ਅੰਡਰਵੀਅਰ ਸਮੇਤ) ਬੰਦ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਲਿਆਂ ਵਿਚ ਰਖੋ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਕੱਪੜੇ ਧੋਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਾ ਹੋਵੋ, ਇਹਨਾਂ ਬੈਲਿਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰਖੋ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਇਹਨਾਂ ਬੈਲਿਆਂ ਨੂੰ ਨਾਂ ਛੂਹ ਸਕਣ।
- ਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੱਪੜਿਆਂ 'ਤੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਪਏ ਹੋਏ ਹਨ। ਇਹ ਦੱਸੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਇਆ ਜਾਏ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੱਪੜੇ ਧੋਂਦੇ ਹੋ

- ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਦੂਜਿਆਂ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨਾਲ ਨਾ ਰਲਾਓ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕਠਿਆਂ ਨਹੀਂ ਧੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਜਾਂ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕੱਪੜਿਆਂ 'ਤੇ ਵੀ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਛੂਹੇ ਬਗੈਰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਥੈਲੇ 'ਚ ਸਿਧਿਆਂ ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ ਵਿਚ ਪਾ ਦਿਓ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਰਬੜ ਦੇ ਦਸਤਾਨੇ ਪਾ ਕੇ ਰਖੋ। ਫਿਰ ਦਸਤਾਨਿਆਂ ਨੂੰ ਧੋਵੋ, ਲਾਹ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਸੁੱਟ ਦਿਓ। ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਬਾਹਵਾਂ ਨੂੰ ਧੋਵੋ।
- ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ ਵਿਚ ਇੱਕੋ ਵੇਲੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਓ, ਇਸ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- ਮਸ਼ੀਨ ਨੂੰ ਕਾਫੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਚਲਾਓ ਅਤੇ **ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ** ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪਾਓ। ਠੰਡੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ।
- ਅਸਰਦਾਰ ਸਾਬਣ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਰੰਗ ਕਾਟ ਪਾਊਡਰ (ਬਲੀਚ) ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਇਸ ਨਾਲ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇਗੀ।

ਆਪਣੇ ਕੱਪੜੇ ਧੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

- ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ ਦਾ ਦੁਬਾਰਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਸਾਬਣ ਨਾਲ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਬਿਨਾ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਲਾ ਕੇ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਲਾਈਨ 'ਚ ਪਾਓ। ਜੇ ਕੋਈ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਰਹਿ ਵੀ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਧੁੱਪ ਨਾਲ ਉਸ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੇਗੀ।
- ਆਪਣੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਡਰਾਇਰ ਵਿਚ ਨਾ ਸੁਕਾਓ। ਗਰਮ ਹਵਾ ਨਾਲ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਡਰਾਇਰ ਵਿਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਾਅਦ 'ਚ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਵਿਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਮੈਂ ਕੱਪੜਿਆਂ 'ਤੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਡੋਲੂ ਲੈਂਦਾ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਏਗਾ?

ਜੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਵਿਚ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਸੰਘਣੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਘੁਲਿਆ, ਤਾਂ ਕੱਪੜੇ ਫੌਰਨ ਲਾਹ ਦਿਓ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਸੁੱਟ ਦਿਓ। ਇੰਜ ਕਰਨ ਲਈ ਰਾਜ ਦੇ ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਨੇਮਾਂ 'ਤੇ ਅਮਲ ਕਰੋ (ਇਹ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਏ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਫੌਰਮੈਨ ਜਾਂ ਮਾਲਿਕ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ)।

ਨਿੱਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਉਪਕਰਣ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਏ?

ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਿਕ ਦਾ ਕੰਮ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਢਕਣ ਵਾਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਨਿੱਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਉਪਕਰਣ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਾਏ।

ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਿਕ ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਢਕਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਦਿਨ ਦਾ ਕੰਮ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ 'ਤੇ ਬਦਲ ਲਏ ਜਾਣ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕੱਪੜੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਲਿਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਦਿਨ ਦਾ ਕੰਮ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਮਾਲਿਕ ਦੇ ਹੈਡਕੁਆਰਟਰ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

- ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਢਕਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਹੀ ਰੱਖ ਦਿਓ,
- ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ (ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਇੱਕ ਥੈਲੇ ਪਾਉਣਾ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੈ) ਇੱਕ ਕੰਟੇਨਰ ਵਿਚ ਪਾ ਦਿਓ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਰੱਖ ਦਿਓ; ਧੋਣ ਲਈ ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਾਲਿਕ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਕਰ ਦਿਓ।



ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਵਿਚ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਫੌਰਮੈਨ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਾਉਂਟੀ ਦੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਜਾਂ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਭਾਗ (DPR) ਨਾਲ, ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦਾ ਨੰਬਰ ਚਿੱਟੇ ਪੰਨਿਆਂ ਵਾਲੀ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ 'ਚ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ. ਡੀਪੀਆਰ ਨੰਬਰ ਹਨ :

- Anaheim (714) 299-7690
- Fresno (559) 445-5401
- Sacramento (916) 324-4100

